

スマイルスマイル新聞

8月号

令和5年8月20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや



ショートステイ便り



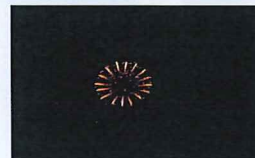
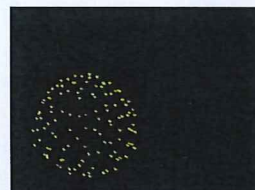
短期入所生活介護事業所

朝夕は少しずつしのぎやすくなってまいりましたが、日中は例年にない暑さが続いております。今年は色々な所でお祭りが開催され以前の日常が戻りつつあります。

先日皆さんにも、お祭り気分を味わって頂こうと思い、魚釣りや、ボール遊びを行いました。「ほら、そこそこ！」「そっち行ったよ」等、声を掛け合い笑顔で楽しませていました。

また、夜はベランダから諏訪湖の花火が見えるため一緒に観賞しました。花火があがると、「綺麗だねえ」「たーまやー」と拍手をされている方もいらっしゃいました。

まだまだ、暑い日が続くようです。水分・塩分補給を忘れずに、ご家族の皆様も体調には十分お気を付け下さい。



厨房便り



暑い日が続くと食欲がなくなったり、睡眠不足になったりと夏バテしやすくなってきます。お部屋の室温は適度に保ち、しっかりと水分を摂取しましょう。食事はバランス良くタンパク質を忘れずに摂りましょう！

またその他にも、暑い日が続くと食中毒警報や注意報がでます。食中毒の発生しやすい気象条件がかさなり、食材や調理した食事が悪くなり、場合によっては腹痛、嘔吐、下痢、発熱などの症状を引き起こすことがあります。食材は、なるべく新鮮なうちに適温で冷蔵や冷凍保存し、調理したものはなるべく残さず食べるようにしましょう。調理の際も食べ切れる量を考えて作ることも大切です。

スマイルスマイル新聞

8月号

令和 5年 8月 20日発行

発行責任者：宮澤はつみ

岡谷市長地片間町1-11-1

ウェルハートおかや

デイサービス便り

村の鎮守の神様の～♪今日はめでたいお祭り日～♪ドンドンひやら～♪



村の鎮守の神様の♪今日はめでたいお祭り日～♪と言えば「童謡・村祭り」ですが、ウェルハートおかやでも7月17日～7月22日まで「夏祭り週間」を行いました。祭りにちなんだゲーム(金魚すくい・射的・スイカ割り等々)を皆さんと楽しみました。特に、ビーチボールをスイカに見立てたスイカ割りゲームは大賑わいで、周りで応援している皆さんの声に合わせて右へ！左へ！大忙し。時には職員の体をポカリ！大きな笑いに包まれていました。職員も夏祭りに合わせてアロハを着ました。

今回、サマーチャレンジ2023という事で、たくさんのボランティアの皆さんが来所されております。勿論この夏祭り週間でもボランティアの方々の活躍がありました。ご協力ありがとうございました。これからも宜しくお願い致します。

ひまわり便り

わらび餅作り

7月31日におやつ作りで「わらび餅」を作りました。

鍋に片栗粉と砂糖を入れて混ぜ合わせ、そこにお水を入れて良くかき混ぜます。それから鍋を火にかけてゆっくりかき混ぜて透明になって粘りが出るまで練っていただきました。鍋の中の片栗が固まってくるとかき混ぜるのが大変になってきますが、頑張ってへらを動かしていました。出来上がった物を少しずつ氷水にとって冷やしてから器に盛っていただきました。

きな粉と黒蜜を自分で好きなだけかけて食べました。夏らしい涼しげなおやつができました。

9月の予定

葛まんじゅう作り

おはぎ作り

カボチャのおやき作り



◎ 一般型、認知症対応型共に利用の空きもありますので、振り替え利用、追加利用
曜日変更、夕食付き延長、お試し利用等 気兼ねなくご連絡ください。

電話：28-0755 担当：福田、武井、高澤、渡邊